

# Todos los días



*alguien sufre en silencio*

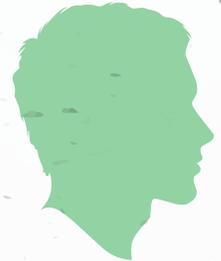
A pesar de que los signos de advertencia pueden ser difíciles de reconocer, están allí.

Reconozca los signos.

Sepa cómo comenzar la conversación.

Sepa dónde obtener ayuda.

Hablar sobre pensamientos suicidas puede salvar una vida.



¡SIMPLEMENTE  
HABLE AL  
RESPECTO!

*Llame al 1-800-273-8255  
Disponibile durante las 24 horas del día.*

DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA DE ALABAMA  
[alabamapublichealth.gov/suicide](http://alabamapublichealth.gov/suicide)

PREVENCIÓN  
A NIVEL NACIONAL  
**SUICIDE  
LIFELINE**  
1-800-273-TALK (8255)  
[suicidepreventionlifeline.org](http://suicidepreventionlifeline.org)